

## *Agradecimentos*

A realização deste estágio só foi possível com a contribuição de algumas pessoas e entidades, às quais não podemos deixar de expressar os nossos sinceros agradecimentos:

Primeiro e antes de qualquer outro, um grande e reconhecido agradecimento ao Mestre João Paulo Costa, orientador do presente estágio de mestrado, pela mestria como sempre soube lidar com os problemas apresentados, demonstrando ao longo de todo o processo um elevado profissionalismo e dedicação. Ao Professor João Paulo Costa um muito obrigado.

À EAS Alfena, seu director, restante equipa técnica, administrativos e restante pessoal pela forma como se empenharam no “nosso” projecto e pela disponibilidade demonstrada ao longo de toda a época desportiva.

E por fim, a todos aqueles que me rodeiam, que me têm ajudado imenso ao longo destes anos, amigos, familiares, mas principalmente à minha esposa pelo seu contínuo apoio em todo estes anos, no meu percurso académico e profissional.

Aos meus queridos filhos Inês e Gonçalo, a quem dedico a minha vida.

## **Resumo**

O presente Relatório tem como principal objectivo expor a actividade de Coordenação Técnica, num projecto de Formação de Jovens Atletas em Futebol. Esta actividade desenvolveu-se no decorrer da época desportiva 2012/2013.

O estágio foi realizado na Escola Academia Sporting - Alfena, a qual se encontra inserida num projecto de grande dimensão Nacional e Internacional de um grande clube nacional, com resultados reconhecidos na formação de jogadores de futebol, ao nível mundial.

Os praticantes Escola Academia Sporting - Alfena têm idades compreendidas entre os cinco e os quinze anos, num total de cerca de 185 atletas, divididos em 5 turmas de formação e 6 turmas de competição.

O corpo técnico é composto, por um coordenador técnico, 6 treinadores (sendo um de guarda-redes), 4 treinadores estagiários e dois treinadores assistentes.

Este relatório aborda a intervenção profissional do Coordenador Técnica, junto dos técnicos/treinadores, atletas/alunos, pais/encarregados de educação e coordenação técnica do projecto.

## ***Abstract***

This report aims to expose the activities of Technical Coordination, a draft Training of Young Athletes in Football. This activity was developed during the sports season 2012/2013.

The stage was held in the School Academia Sporting - Alfena, which is part of a project of great national and international dimension of a big national club with recognized results in the formation of football players worldwide.

Practitioners School Academia Sporting - Alfena are aged between five and fifteen years old, a total of about 185 athletes were divided into 5 teams training, and 6 teams competition.

The staff is composed by a technical coordinator, 6 coaches (one goalkeeper), 4 trainee's coaches and two assistant coaches.

This report addresses the professional intervention of the Technical Coordinator with technical / coaches, athletes / students, parents / guardians and technical coordination of the project.

## Índice Geral

Agradecimentos .....	i
Resumo.....	ii
Abstract.....	iii
Índice de Quadros .....	vi
Índice Figuras.....	vii
1 – Introdução .....	1
2 – Avaliação do Contexto .....	3
2.1 – Conceitos e Conteúdos.....	3
2.2 – Contexto de Estágio.....	6
2.2.1 – Escolas Academia Sporting – EAS – SCP .....	6
2.2.2 – Escola Academia Sporting – EAS Alfena .....	10
2.2.2.1 – Organização e Estrutura da EAS Alfena .....	14
3 – Actividade de Coordenador Técnico .....	18
3.1 – Relação Coordenador Técnico – EAS Alfena .....	19
3.2 – Relação Coordenador Técnico EAS Alfena – CT SCP EAS.....	20
3.2.1 – Actividades Nacionais/Regionais/Locais da CT SCP EAS.....	22
3.3 – Relação Coordenador Técnico – Estrutura Técnica EAS Alfena .....	30
3.3.1 – Definição da Estrutura Técnica da EAS Alfena.....	30
3.3.2 – Formação Interna.....	34
3.3.2.1 – Linhas Orientadoras Gerais .....	34
3.3.2.2 – Princípios Metodológicos .....	36
3.3.2.3 – Documentação Técnica .....	38
3.4 – Intervenção Técnico-Pedagógica do CT EAS Alfena .....	42

3.4.1 – Intervenção Técnico-Pedagógica do Treinador EAS Alfena .....	48
3.4.2 – Relação CT EAS Alfena – Alunos / Jogadores .....	49
3.4.2.1 – Avaliação de Alunos / Jogadores .....	49
3.4.2.2 – Enquadramento dos Alunos / Jogadores .....	52
3.4.3 – Organização, Gestão e Controlo das Actividades .....	56
3.4.4 – Relação CT EAS Alfena – Pais / Encarregados de Educação .....	58
4 – Objectivos .....	61
4.1 – Objectivos da Intervenção Profissional .....	61
4.2 – Objectivos a Atingir com a População Alvo.....	62
5 – Avaliação e Cumprimento de Objectivos.....	63
5.1 – Formas de Avaliação da População-Alvo .....	64
6 – Conclusões .....	65
7 – Referencias Bibliográficas.....	68
8 – Anexos .....	70

## *Índice de Quadros*

<b>Quadro 1</b> – Recursos Materiais .....	13
<b>Quadro 2</b> – Equipas / Turmas EAS Alfena 2012-2013 .....	16
<b>Quadro 3</b> – Distribuição Horária dos Treinos EAS Alfena 2012-2013 .....	17
<b>Quadro 4</b> – Quadro Competitivo e Resultados da Fase Local Liga MetLife 2012-2013 .....	24
<b>Quadro 5</b> – Quadro Competitivo e Resultados da Fase Regional Liga MetLife 2012-2013 .....	26
<b>Quadro 6</b> – Caracterização dos Treinadores, Estagiários e Assistentes .....	33
<b>Quadro 7</b> – Planeamento Anual .....	40
<b>Quadro 8</b> – Mesociclo .....	41
<b>Quadro 9</b> – Tarefas e horas de trabalho despendido .....	44
<b>Quadro 10</b> – Ficha “O Meu 1º Treino” .....	54
<b>Quadro 11</b> – Plano de Actividades / Competições .....	57

## *Índice Figuras*

<b>Figura 1</b> – Organograma Projecto EAS – SCP .....	9
<b>Figura 2</b> – Pavilhão Gimnodesportivo do Atlético Clube Alfenense .....	11
<b>Figura 3</b> – Relvado Principal, Perspectiva Bancada Coberta .....	11
<b>Figura 4</b> – Relvado Principal, Perspectiva Bancada Descoberta .....	11
<b>Figura 5</b> – Treino EAS Alfena .....	12
<b>Figura 6</b> – Actividade APEF .....	13
<b>Figura 7</b> – Organograma Projecto EAS Alfena .....	15
<b>Figura 8</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	27
<b>Figura 9</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	27
<b>Figura 10</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	28
<b>Figura 11</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	28
<b>Figura 12</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	29
<b>Figura 13</b> – Spring Cup, Academia Puma – Alcochete .....	29

## 1. Introdução

O estágio centrou-se no tema: Coordenação Técnica, numa Escola de Formação de Jovens Atletas em Futebol. Este trabalho é desenvolvido, no âmbito do 2º ano do Mestrado em Treino Desportivo, onde a modalidade de opção foi o Futebol, sendo realizado na Escola Superior de Desporto de Rio Maior. Este estágio foi mais uma etapa na compreensão do fenómeno desportivo, da modalidade de Futebol e em especial na formação de jovens atletas.

As transformações e a evolução do Futebol têm obrigado o treinador actual, a dotar-se de um leque bastante alargado de conhecimentos e de capacidades. Conhecimentos e capacidades muito diferentes das que possuíam os treinadores do passado, mais ainda quando se trata da formação de jovens atletas.

No presente estágio desempenhei as funções de Coordenação Técnica, numa escola de formação de jovens atletas na modalidade de futebol.

O trabalho realizado durante o estágio profissional foi acompanhado por um orientador com formação na área da modalidade.

O estágio foi realizado na Escola Academia Sporting - Alfena, onde se pretendeu aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação académica, através da licenciatura em Treino Desportivo - Futebol, no 1º ano de mestrado, em algumas formações específicas da área e na minha experiência profissional, garantindo uma intervenção sempre com base nas linhas orientadoras do clube mãe.



A escolha deste estágio prende-se com o facto de ter a oportunidade de me encontrar já no desempenho destas funções anteriormente e assim poder apresentar o dia-a-dia de um coordenador técnico de uma escola de formação de jovens atletas, integrado num projecto nacional de um grande clube nacional, com resultados reconhecidos na formação de jogadores de futebol, ao nível mundial.

O presente relatório é composto por uma avaliação do contexto, onde consta a revisão de literatura e o contexto de estágio, segue-se o actividade de coordenador técnico, onde é exposta a intervenção profissional, definição de objectivos e pelo processo de avaliação e cumprimento e finalizando pelas conclusões.

## **2. Avaliação do Contexto**

Este capítulo encontra-se dividido em duas partes, uma primeira onde são abordados conceitos e conteúdos e uma segunda dedicada ao contexto de estágio.

### **2.1- Conceitos e Conteúdos**

De forma a melhor interpretar os aspectos de intervenção profissional tanto ao nível do planeamento como da sua operacionalização, torna-se necessário ter em conta todo um conjunto de conceitos e conteúdos.

Neste âmbito, serão abordados conceitos e conteúdos generalistas, aliados ao jogo, à formação dos jovens atletas e ao treinador.

### **O Jogo De Futebol**

Castelo (2009) define o jogo de futebol como um jogo simples no entendimento dos seus objectivos, no entanto, complexo em virtude da contextualidade que envolve cada instante/momento de jogo, fruto de inúmeras fontes de informação que levam à tomada de múltiplas decisões, acções e interacções. O jogo é classificado como um Jogo Desportivo Colectivo (JDC), cujos intervenientes estão agrupados em duas equipas numa relação de adversidade, numa luta constante pela posse da bola com o objectivo de a introduzir o maior número de vezes na baliza adversária, evitando qualquer ocorrência na sua própria baliza, com vista à obtenção da vitória. No jogo de futebol, existe uma relação de cooperação e oposição, onde as equipas, em confronto directo, formam duas entidades colectivas, planificando e coordenando as suas acções para

ataque/defesa. O jogo possui ainda uma lógica interna própria conferida pelo carácter de agir uma contra a outra, sendo os comportamentos influenciados pelos processos de ordem e desordem, equilíbrio e desequilíbrio, que o distingue de todas as outras modalidades desportivas.

### *Formação de Jovens*

Treinar crianças e jovens promove uma excelente oportunidade para os influenciar, positivamente. Tal facto, é extremamente importante, quando o treinador entende o desenvolvimento das crianças em relação às suas capacidades desportivas, vê as crianças como únicas e individuais, e interessa-se, constantemente, pela evolução dos processos de ensino e aprendizagem.

No desporto, como em muitas outras actividades, os adultos podem ajudar as crianças e jovens a desenvolverem os seus interesses e a potencializar as suas capacidades pessoais.

A formação dos treinadores de crianças e jovens em futebol é uma necessidade incessante. Ser um treinador de sucesso com crianças é continuar a aprender em cada treino e com cada criança, tornando-se cada dia, num treinador melhor.

O aumento da taxa de abandono precoce, por parte de crianças e jovens no futebol de formação, tem sido um sinal de aviso para os responsáveis da formação desportiva, em especial, na modalidade do futebol.

A competição desportiva, poderá ter vantagens, não sendo o principal motivo, a competição tem alguma representatividade no padrão motivacional dos jovens, mas igualmente apresenta desvantagens. À competição, normalmente está, associado o desapontamento, a “pressão” por parte de pais e treinadores, e a frustração. Possivelmente se a competição for encarada do ponto de vista da formação perante os jovens, ela será vantajosa se promover a maximização da aquisição de conhecimentos e de capacidades, passando a ser desvantajosa se impedir ou perturbar o normal processo de aprendizagem.

## **O Treinador**

Para Araújo (1997), “a função do treinador implica a tomada de decisões, organizadas com base em indicadores e segundo critérios que obedecem a uma certa ordem e em diferentes domínios”. E neste contexto estão “a organização do treino, liderança, estilo e formas de comunicação com os jogadores, dirigentes, árbitros, jornalistas”, entre outros. O autor aponta ainda “opções estratégicas e táticas decorrentes da observação e análise do jogo, da gestão das pressões contidas na competição, do controlo da capacidade de concentração e emoções, etc.”

Para Mesquita (2005), as funções do treinador definem-se com base num conjunto de competências resultantes da mobilização, produção e uso de diversos saberes, organizados e integrados adequadamente em função da complexidade da ação concreta a desenvolver em cada situação da prática profissional.

Se o treinador exerce uma influência não só sobre o nível de prática da modalidade, sobre o jovem enquanto atleta, mas, também, sobre o jovem enquanto pessoa,

defende Rosado (2000) que o objectivo de qualquer modelo de formação e de qualquer perfil de competências a prescrever deverá orientar-se no sentido de otimizar as referidas influências do treinador sobre os atletas.

## ***2.2. Contexto de Estágio***

A função que exerci durante a época desportiva (2012/2013) foi a de Coordenador Técnico (CT) de uma academia de formação de jovens jogadores (com equipas de formação e de competição, desde os sub.7 aos sub.15).

### ***2.2.1. Escolas Academia Sporting – EAS – SCP***

A Escola Academia Sporting (EAS) na qual realizei o meu estágio, faz parte de um projecto nacional de escolas academia espalhadas por todo o território nacional e internacional, que foi implementada e desenvolvida por um clube nacional de referência no contexto de formação de jovens jogadores de futebol.

O projecto foi criado em Setembro de 2006, tendo actualmente nas 27 escolas espalhadas de Norte a Sul do país cerca de 5000 jovens a aprender e a praticar futebol.

A Escola Academia Sporting de Alfena entrou no projecto na época de 2007 – 2008, sendo que nestes anos de actividade os atletas e as equipas tem atingido patamares de sucesso individual e colectivos altíssimos, no caso colocação de vários atletas em clubes de referência nacional e regional, obtenção de títulos colectivos e presença nos campeonatos nacionais.

Tratando-se de um projecto de formação desportiva de jovens, de dimensão nacional e intencional, o clube mãe, através do Manual Técnico EAS, estabelece objectivos bem delineados, para que todos os seus intervenientes caminhem no mesmo sentido. São também estes que asseguram a identidade do projecto, pois são os que condicionam e orientam toda a intervenção subsequente.

As EAS regem-se por um conjunto de princípios que visam fundamentalmente assegurar linhas orientadoras básicas que coordenam as atitudes e comportamentos do jovem atleta mediante o saber estar dentro de um exercício, sessão de treino ou mesmo na situação de jogo/competição.

Assim, a criança/jovem deverá participar em todas as situações e procurar o êxito pessoal e de grupo:

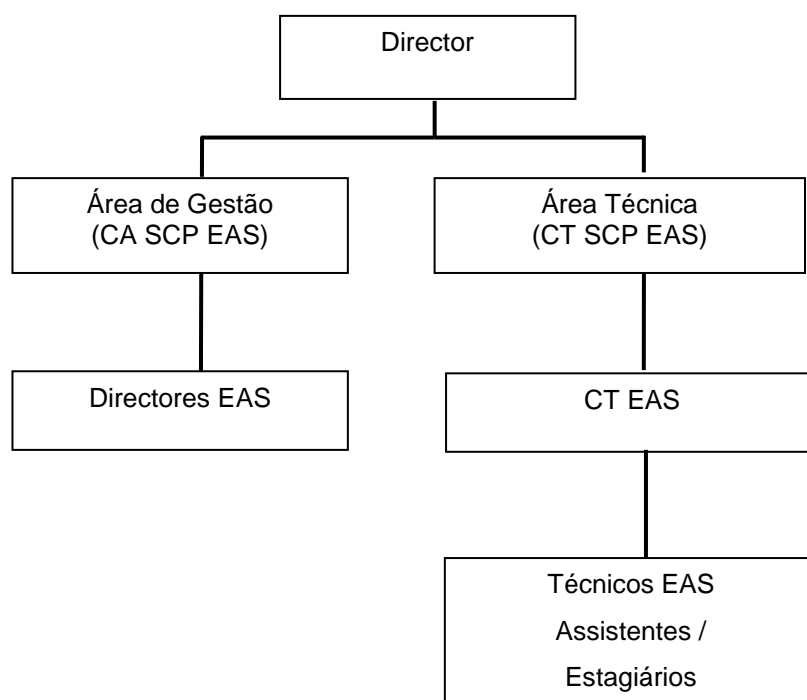
- Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros, quer no de adversários;
- Desenvolvendo o espírito de sacrifício, de superação e de equipa;
- Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer e promover a satisfação própria e dos outros;
- Cooperando com o treinador e os companheiros nas tarefas do treino, assumindo responsabilidades de organização e preparação das tarefas.

Cada uma das EAS deverá reger a sua actividade dentro de uma linha de conduta que procure promover os seguintes quatro objectivos:

1. *Formação Desportiva* – cada uma das Escolas Academia será um local de ensino do Futebol;
  - Contribuir para a formação dos jovens em todas as suas vertentes;
  - Criar premissas indispensáveis para que os jovens alcancem, em cada etapa, o nível óptimo do seu desenvolvimento;
  - Desenvolver o gosto e o hábito pela prática desportiva regular;
  - Desenvolver nos praticantes uma atitude positiva de participação e persistência;
  - Criar hábitos de vida saudáveis.
  
2. *Descoberta de Talentos* – cada uma das Escolas Academia será um potencial ponto de descoberta de novos talentos;
  - Cada Escola Academia deve possuir uma estrutura de avaliação/prospecção para reunir os atletas mais dotados em cada escalão;
  - Dentro de cada Escola Academia deverá ser criada uma ou mais selecções de cada escalão etário, com o fim de facilitar a descoberta de talentos.
  
3. *Expansão e Fidelização* – cada Escola Academia deverá estimular o espírito e os princípios de formação do Sporting Clube Portugal, que será fomentado por uma forte imagem do clube nas instalações das Escolas Academia;
  - Expandir todo o espírito Sportinguista a todos os associados de cada Escola Academia;
  - Desenvolvimento da fidelização dos Encarregados de Educação e associados da Escola Academia;
  - Fonte de agregação de novos sócios.

4. *Rentabilidade* – todas as Escolas Academia terão que ser financeiramente rentáveis, tanto para as Entidades Parceiras como para o Sporting Clube de Portugal;
- Formular objectivos de Marketing de maneira a tirar o máximo proveito o espaço físico e do próprio *franchising*;
  - Criar objectivos internos e metas a atingir, para envolver e rentabilizar todo o *Core Business*.

**Figura 1** - Organograma Projecto EAS - SCP



CA – Coordenação Administrativa | CT – Coordenação Técnica



### ***2.2.2. Escola Academia Sporting Alfena***

A Escola Academia Sporting de Alfena tem parceria com o clube mais representativo do concelho, no caso o Atlético Clube Alfenense, sendo nas instalações do clube onde os nossos atletas treinam diariamente e o qual representam nas competições oficiais.

O Atlético Clube Alfenense foi fundado a 22 de Dezembro de 1967. O clube para além das nossas equipas em competição tem ainda uma equipa de juvenis e juniores e uma equipa sénior, todas em competição na Associação de Futebol do Porto.

Mas nem só de futebol vive o Atlético Clube Alfenense, para além do futebol tem grande impacto no atletismo, com alguns atletas a participar em competições pela selecção nacional, tendo como expoente máximo a participação de José Magalhães, em duas Olimpíadas, Barcelona 92 e Atlanta 96, nos 50Km marcha. Este atleta sagrou-se ainda campeão europeu e mundial de veteranos, em marcha.

Ténis, Basquetebol, Futsal, BTT, Todo-o-Terreno e Xadrez, são igualmente modalidades praticadas no clube.

O complexo desportivo possui um pavilhão gimnodesportivo de piso sintético com capacidade para cerca de 700 espectadores sentados, que permite a prática de modalidades tão diversas como Andebol e o Basquetebol.(Fig.1).

Possui ainda três courts de ténis descobertos com piso rápido com iluminação artificial, um dos quais com uma parede bate bolas. Dois campos de futebol, sendo um de futebol 11 com marcações para futebol de 7, e um outro coberto de futebol de 5. Ambos os campos estão equipados com relva sintética. O campo de futebol principal

(futebol 11) possui duas bancadas totalmente equipadas com cadeiras, uma das quais com cobertura (Fig 2 e 3).



**Figura 2** - Pavilhão Gimnodesportivo do Atlético Clube Alfenense



**Figura 3** - Relvado Principal, Perspectiva Bancada Coberta



**Figura 4** - Relvado Principal, Perspectiva Bancada Descoberta

A EAS Alfena, tem o usufruto protocolado, dos dois espaços/campos (um de futebol de 11, e um de futebol 5), com relva sintética e em bom estado. Estão equipados com todas as estruturas auxiliares necessárias, nomeadamente balneários, casas de banho, arrecadação de material, departamento de fisioterapia e bancadas.

Como apoio administrativo, a EAS tem ao seu dispor três salas, uma funciona como secretaria e espaço de atendimento ao público, uma sala de reuniões e de trabalho técnico e uma sala de estudo e de apoio aos atletas.

A EAS Alfena, encontrava-se ainda dotada de material de treino, nomeadamente bolas, coletes, sinalizadores, balizas, etc, conforme descrito no quadro seguinte (Quadro 1).



**Figura 5 - Treino EAS Alfena**



**Figura 6** - Actividade APEF

**Quadro 1** – Recursos Materiais.

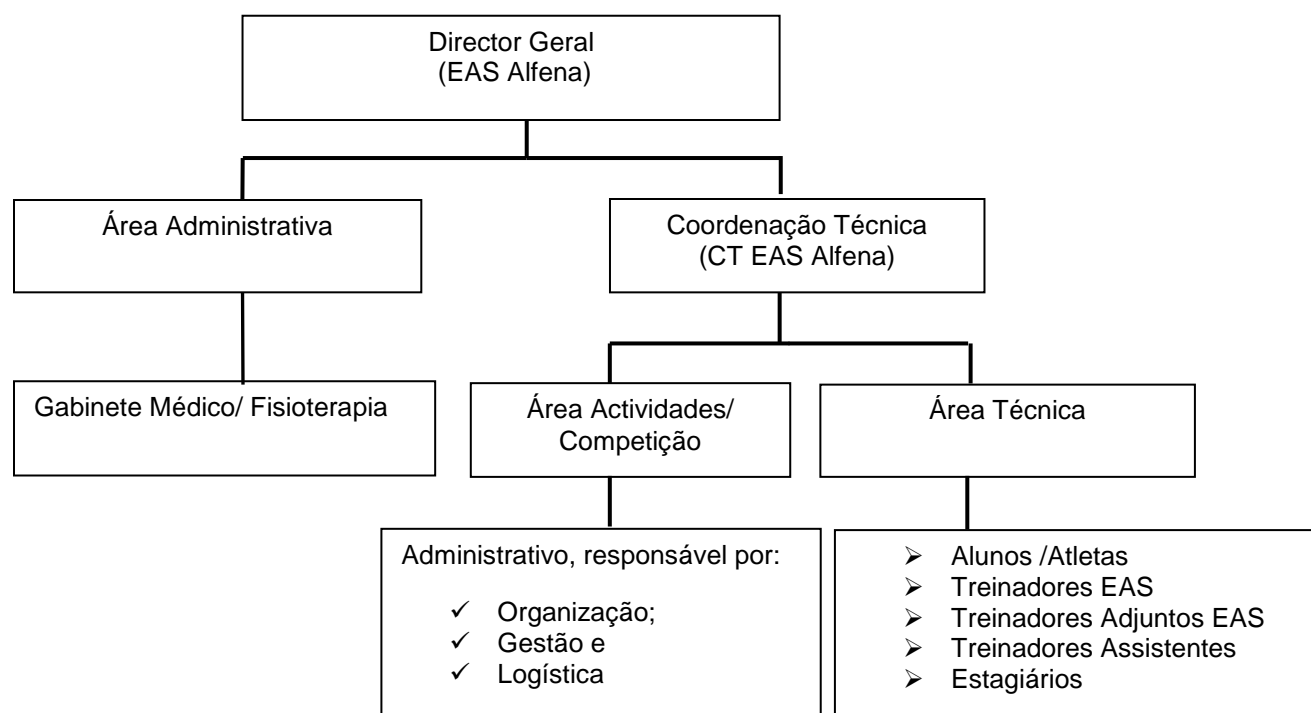
<b>Recursos Materiais Disponíveis</b>	
Disponível um campo relva sintética de 11 e um de 5 (indoor)	
4 balizas móveis de futebol 7, 6 balizas de futebol 5, 8 mini-balizas, coletes de várias cores, estacas, escadas e bolas de diversos tipos e tamanhos.	
Kit de Treinador (12 bolas, um conjunto de sinalizadores e cones e ainda dois conjuntos coletes de cores diferentes)	

No âmbito da nossa actividade estabelecemos contactos com outros clubes da região e outras escolas de formação de futebol, no caso:

- Sporting Clube de Portugal (Actividades Liga MetLife - Interacademias; Summer Cup; Spring Cup);
- Escolas Academia Sporting (Actividades Liga MetLife - Interacademias; Summer Cup; Spring Cup);
- Associação de Futebol de Porto (competições oficiais);
- Associação Portuguesa de Escolas de Futebol (Torneio com várias escolas e clubes, com actividades mensais para alunos de formação);
- Clubes de proximidade geográfica (para realização de jogos treino, torneios e actividades).

#### ***2.2.2.1. Organização e Estrutura da EAS Alfena***

A EAS Alfena, encontra-se dividida em duas grandes áreas, a administrativa e a técnica, sendo administrada por um director geral, o Coordenador Técnico supervisiona a área técnica.

**Figura 7** - Organograma EAS Alfena

#### CT – Coordenação Técnica

Os praticantes da nossa EAS Alfena têm idades compreendidas entre os cinco e os quinze anos, num total de cerca de 185 atletas.

Os atletas foram enquadrados por dois diferentes níveis competitivos/exigência, atletas de formação e atletas de competição. Neste contexto os atletas de formação para além de dois treinos semanais, participaram em encontros/actividades organizados com clubes ou escolas de formação com atletas do mesmo nível de competência técnica.



Já os atletas de competição treinaram três vezes por semana e participaram nos campeonatos oficiais organizados pela Associação de Futebol do Porto, entre outras competições e/ou torneios.

A separação dos atletas recaiu principalmente pela sua competência. Ou seja foram seleccionados para as equipas de competição os alunos que apresentaram níveis de desenvolvimento mais elevados, assim como competências técnicas e táticas, todavia esta separação não era estanque podendo um jogador de uma equipa de competição passar a treinar numa de formação e vice-versa, sempre na perspectiva de encontrar o melhor contexto para o desenvolvimento do aluno.

Desta forma os alunos/atletas da EAS Alfena, na época desportiva de 2012/2013, foram distribuídos e organizados da seguinte forma:

**Quadro 2 – Equipas /Turmas EAS Alfena 2012-2013.**

<b>Escalões</b>	<b>Formação</b>	<b>Competição</b>
	Sub.15 (1998/99) - Iniciados Formação	Sub.15 (1998/99) Iniciados
	Sub.13 (2000/01)- Infantis Formação	Sub.13 (2000) Infantis A Sub.12 (2001) Infantis B
	Sub. 11 (2002/03) Benjamins Formação	Sub. 11 (2002) Benjamins A Sub. 10 (2003) Benjamins B Sub.9 (2004) Benjamins C
	Sub. 9 (2004/05) Pré-Escolas A Sub. 9 (2004/05) Pré-Escolas B	
	Sub. 7 (2006/07) Minis A	

Na presente época, em termos efectivos, a EAS Alfena funcionou de 03 de Setembro de 2012 a 28 de Junho de 2013.

Os treinos realizaram-se em períodos de uma hora, das 18H30-19H30 e das 19H30-20H30 e ao fim de semana ocorreram as respectivas competições e actividades.

**Quadro 3 – Distribuição Horária dos treinos EAS Alfena 2012-2013.**

***Distribuição Horária das Turmas no Campo Exterior - 2012/2013***

	Segunda - feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
18.30		Infantis A (2000)	Infantis Formação (2000/01)	Benjamins Formação (2002/03)	Infantis A (2000)	Infantis B (2001)		Infantis A (2000)	Infantis Formação (2000/01)	Benjamins Formação (2002/03)
	Benjamins A (2002)				Benjamins C (2004)		Benjamins A (2002)		Infantis B (2001)	
19.30	Iniciados Formação (1998/99)	Infantis B (2001)			Benjamins A (2002)	Benjamins B (2003)	Benjamins C (2004)	Benjamins B (2003)		
	Benjamins C (2004)	Benjamins B (2003)	Iniciados (1998/99)		Iniciados (1998/99)		Iniciados Formação (1998/99)		Iniciados (1998/99)	

***Distribuição Horária das Turmas no Campo Interior - 2012/2013***

	Segunda - feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
18.30	Minis A 2006						Minis A 2006			
19.30	Pré-Escolas A 2004/5		Pré-Escolas B 2004/5				Pré-Escolas A 2004/5		Pré-Escolas B 2004/5	



### 3. *Actividade de Coordenador Técnico*

De acordo com a linha orientadora do “clube mãe”, os intervenientes directos no processo de formação dos jovens devem ser titulares de habilitações e experiência profissional necessárias ao desempenho das suas funções, no caso da coordenação, os Coordenadores Técnicos (CT) devem ser habilitados com Licenciatura na área da Educação Física e Desporto ou superior e / ou Curso de Nível I ou mais, da Associação de Futebol, sendo que no processo de selecção todos os CT passaram por uma entrevista com a Coordenação Técnica do Sporting Clube de Portugal Escolas Academia Sporting (CT SCP EAS).

No desempenho das minhas funções de CT da EAS Alfena, tive de respeitar um conjunto de obrigações, impostas pela CT SCP EAS e que passo a especificar:

*Funções e Deveres do Coordenador Técnico (definidas pelo clube mãe):*

- Assegurar a aplicação das orientações metodológicas definidas pela coordenação técnica nacional do projecto;
- Seleccionar, formar, supervisionar, avaliar e acompanhar o desempenho dos técnicos e restante estrutura técnico-pedagógica;
- Organizar as turmas e implementar as actividades a realizar, ajustadas aos diferentes níveis de competências/desempenho dos alunos;
- Controlar a documentação relativa à actividade dos técnicos e dos alunos;
- Planear/supervisionar, com os técnicos, os conteúdos técnico-pedagógicos a serem desenvolvidos durante a época, respeitando e ajustando a cada escalão e etapa de formação dos alunos;
- Avaliar a prestação dos técnicos em momentos de competição, de forma a garantir que a mesma está adequada ao perfil de técnico e da equipa;
- Elaborar relatórios de actividades desenvolvidas;
- Comunicação de alunos que demonstrem níveis de desempenho elevados.

### **3.1. Relação Coordenador Técnico – EAS Alfena**

Importa referir que para além das linhas orientadoras da “clube mãe”, são igualmente estabelecidas orientações e objectivos pela direcção da EAS Alfena, mais concretamente pelo seu director geral, estas prendem-se mais com questões de carácter geral de organização e de gestão, e que passo a descrever:

- As turmas devem ter número mínimo de alunos de 14;
- Limite de 16 jogadores inscritos na Associação de Futebol do Porto, nas equipas de competição;
- O pagamento do “remuneração” só será efectuado, depois de CT dar o “OK”, ou seja depois do treinador ter a documentação actualizada e entregue;
- Escolha de director/delegados das equipas de competição, sempre que possível ser um encarregado de educação;
- Organização de mais uma edição do Torneio Internacional de Alfena, de sub.9;
- Não diminuir e tentar aumentar o número, total de alunos da EAS.

No que diz respeito à minha ligação com o director geral da EAS Alfena, durante a época desportiva ela estabeleceu-se diariamente, pois este encontrava-se na escola praticamente todos os dias, pelo que sempre que se imponha necessário discutíamos o assunto, pelo que nunca houve necessidade de marcar reuniões periódicas, pratica que vinha da época anterior.

Esta forma de estabelecer o contacto com a direcção da EAS Alfena, é positiva, pois as questões eram faladas em tempo útil, sem formalismos, o que ajudava no bom funcionamento da escola.

### **3.2. Relação Coordenador Técnico EAS Alfena – CT SCP EAS**

Já no que diz respeito à relação com o clube mãe, importa referir aquelas que são os deveres da Coordenação Técnica Nacional (CT SCP EAS):

- Definir as orientações metodológicas e pedagógicas;
  - ♦ Manual Técnico EAS, documento no qual se encontram definidas orientações gerais e específicas, objectivos técnico/pedagógicos e metodologias a aplicar. Importa ressaltar que este documento é de uso exclusivo dos técnicos das EAS, não podendo ser divulgado de forma alguma.
- Supervisionar a actividade desenvolvida em cada Escola Academia Sporting;
  - ♦ Deve a CT SCP EAS efectuar visitas de supervisão técnica às EAS. Nesta época desportiva a EAS Alfena recebeu uma visita técnica, realizada por dois técnicos da CT SCP EAS, no dia 20 de Dezembro de 2013. Durante a visita a actividade da EAS Alfena decorreu normalmente, sendo que no final dos treinos realizou-se uma curta reunião, onde os técnicos da CT SCP EAS deram o seu feedback. Esta avaliação termina com o envio da CT SCP EAS, via correio electrónico, para o CT da EAS Alfena, do relatório da visita de supervisão técnica, no qual consta detalhadamente os aspectos observados e eventuais propostas de melhoria (documento Propostas de Melhoria).
- Organizar as acções de formação técnicas;
  - ♦ Nesta época não foi organizada qualquer acção de formação pela CT SCP EAS.

- Supervisionar as actividades/encontros de âmbito nacional;
  - ◆ A CT SCP EAS, esteve presente fase final da Liga MetLife, Spring Cup e Summer Cup, realizadas em Alcochete e Estádio de Alvalade, respectivamente.
- Organizar encontros de selecções;
  - ◆ Nesta época os alunos da EAS não participaram em qualquer encontro de selecções de EAS.
- Reunir periodicamente com os coordenadores das Academias.
  - ◆ Nesta época desportiva apenas estive reunido com a CT SCP EAS, no momento da vista de supervisão técnica.

Sendo este um projecto de grande dimensão Nacional e Internacional, e devido às características particulares de cada escola, considera a CT SCP EAS que a uniformização de procedimentos é fundamental. Assim, os CT recebem via e-mail no início de época ou de abertura de EAS, um conjunto de documentos que pretendem organizar e uniformizar alguns dos procedimentos que devem ser transversais a todas as EAS, esses documentos são:

- Folha de Identificação dos Recursos Humano;
- Índice do Dossier do Técnico;
- Plano Anual;
- Plano de Mesociclo;
- Relatório Final de Actividade;
- Relatório de Formação Interna;
- Propostas de Melhoria;

### 3.2.1. Actividades da CT SCP EAS

No âmbito daquelas que são as suas funções a CT SCP EAS, proporciona a possibilidade de os alunos das EAS a nível nacional poderem partilhar momentos de competição e convívio nos locais mais desejados, no caso a Academia Puma em Alcochete e no Estádio José de Alvalade, em Lisboa.

#### *Liga MetLife*

Esta actividade foi destinada a três escalões, no caso sub. 9; sub.11 e sub.13.

Este torneio/actividade tem como objectivos:

- Desenvolver uma actividade de âmbito nacional;
- Promover uma competição adequada ao nível das EAS;
- Aumentar o número de participantes integrando escolas de futebol externas ao projecto;
- Proporcionar aos nossos alunos mais um espaço de competição, desenvolvendo o intercâmbio e o convívio desportivo e social entre eles;
- Organizar uma competição de nível intermédio (foco nos alunos que não competem oficialmente).
- Regras:
  - ◆ Sub 9 (Fut. 5):
    - Espaço: Comprimento 30 a 40 m/Largura 15 a 20 m (manter a relação 2:1);
    - Baliza: Futebol 5 (2 altura x 3 largura);
    - Bola: nº 3;
    - Duração: 2 partes de 20 min. (Sem intervalo – troca de campo);
    - Reposição da bola em jogo: pé

- ♦ Sub 11 (Fut. 5):
  - Espaço: Comprimento 36 a 40 m/Largura 18 a 20 m (manter a relação 2:1);
  - Baliza: Futebol 5 (2 altura x 3 largura);
  - Bola: nº 4;
  - Duração: 2 partes de 25 min. (Sem intervalo – troca de campo);
  - Reposição da bola em jogo: mão.
    - \* Na fase local os tamanhos podem variar no máximo 50 cm
    - \*\* Na fase Nacional o tempo de jogo pode ser alterado
- ♦ Sub 13 (Fut. 7):
  - Espaço: Comprimento 60 a 75 m/Largura 35 a 45 m;
  - Baliza: Futebol 7 (2 altura x 6 largura);
  - Bola: nº 4;
  - Duração: 2 partes de 30 min. (Sem intervalo – troca de campo).
    - \* Na fase local os tamanhos podem variar no máximo 50 cm
    - \*\* Na fase Nacional o tempo de jogo pode ser alterado

Esta actividade desenrolou-se em três fases, sendo elas:

❖ Fase Local

- Nesta fase foram as EAS agrupadas, por distritos;
- Grupos de 8 equipas (4 EAS e 4 clubes convidados - todos contra todos);
- Apuram-se os 4 primeiros de cada grupo.

❖ Fase Regional

- Nesta fase, as EAS ou clubes apurados, eram agrupados por Regiões;
- 2 Grupos de 4 (todos contra todos);
- Cruzamento dos dois grupos;
- Apuram-se os 2 primeiros de cada região

## ❖ Fase Nacional

- 2 grupos de 5 (todos contra todos);
- Cruzamento dos 2 grupos;
- Os dois 5º classificados, passam directamente para as finais (disputa do 9º e 10º classificado);

No que à EAS Alfena diz respeito participamos em todos os escalões em competição, atingindo a fase regional com os escalões de sub.11 e sub.13.

Fomos responsáveis pela organização da fase local do escalão de sub.13 e fase de grupos da fase regional, do mesmo escalão.

**Quadro 4** – Quadro competitivo e resultados da fase local Liga MetLife 2012/2013**Fase Local**

<b>EAS Organizadora</b>	EAS Alfena
<b>Local/Morada</b>	Complexo Desportivo A.C. Alfenense - Alfena - Valongo
<b>Escalão</b>	Sub. 13

*1ª Jornada - Data: 20 de Janeiro de 2013*

Horário	Equipas	Resultado
14H00	EAS VN Gaia X EAS Perafita	3-0*
	EAS Alfena X Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto	10-3
15H10	EAS Perafita X União Nogueirense F.C.	0*-0*
	EAS Alfena X Folgosa da Maia F.C.	6-1
16H20	EAS VN Gaia X União Nogueirense F.C.	3-0*
	Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto X Folgosa da Maia F.C.	1-5
17H30	EAS Póvoa de Varzim X União Desportiva de Valonguense	10-4

*2ª Jornada - Data: 03 de Fevereiro de 2013*

Horário	Equipas	Resultado
14H00	EAS Alfena X União Nogueirense F.C. ( <i>Salgueiros**</i> )	1-11 ( <b>3-0*</b> )
	EAS Perafita ( <i>FS Sports-Porto**</i> ) X Folgosa da Maia F.C.	2-1 ( <b>0*-3</b> )
15H10	EAS Póvoa de Varzim X Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto	12-1
	EAS Alfena X União Desportiva de Valonguense	20-1
16H20	EAS VN Gaia X Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto	10-1
	União Desportiva de Valonguense X União Nogueirense F.C. ( <i>Salgueiros**</i> )	0-15 ( <b>3-0*</b> )
17H30	EAS VN Gaia X EAS Póvoa de Varzim	5-0

*3ª Jornada - Data: 17 de Fevereiro de 2013*

Horário	Equipas	Resultado
14H00	EAS VN Gaia X EAS Alfena	6-4
	Folgosa da Maia F.C. X União Nogueirense F.C. ( <i>Ermesinde SC**</i> )	0*-3 ( <b>0*-0*</b> )
15H10	EAS Perafita ( <i>FS Sports-Porto**</i> ) X EAS Alfena	3-4 ( <b>0*-3</b> )
	EAS VN Gaia X União Desportiva de Valonguense	6-2
16H20	EAS Póvoa de Varzim X Folgosa da Maia F.C.	3-0*
	Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto X União Desportiva de Valonguense	1-0
17H30	EAS Póvoa de Varzim X União Nogueirense F.C. ( <i>Ermesinde SC**</i> )	1-5 ( <b>3-0*</b> )

*4ª Jornada – Data: 03 de Março de 2013*

Horário	Equipas	Resultado
14H00	EAS VN Gaia X Folgosa da Maia F.C.	2-1
	EAS Perafita ( <i>FS Sports-Porto**</i> ) X EAS Póvoa de Varzim	4-4 ( <b>0*-3</b> )
15H10	Folgosa da Maia F.C. X União Desportiva de Valonguense	4-0
	EAS Póvoa de Varzim X EAS Alfena	6-6
16H20	Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto X União Nogueirense F.C. ( <i>Ermesinde SC**</i> )	0-7 ( <b>3-0*</b> )
	União Desportiva de Valonguense X EAS Perafita ( <i>FS Sports-Porto**</i> )	1-7 ( <b>3-0*</b> )
17H30	EAS Perafita ( <i>FS Sports-Porto**</i> ) X Academia de Futebol Sport C. Rio Tinto	8-6 ( <b>0*-3</b> )

\* *Resultado por falta de comparência*\*\* *Equipas convidadas*(0-0) *Resultado Oficial para efeitos de classificação**Classificação Final*

Equipas	Jogos	V	E	D	G.M.	G.S.	D.G.	Pontos	Classif.
E.A.S. VN Gaia	7	7			35	8	+27	21	1º
E.A.S. Alfena	7	5	1	1	52	17	+35	18	2º
E.A.S. Póvoa do Varzim	7	5	1	1	37	16	+21	18	3º
Academia Futebol S.C. Rio Tinto	7	3		4	13	37	-24	13	4º
Folgosa da Maia F.C.	7	3		2+2FC	14	12	+2	11	5º
U.D. de Valonguense	7	2		5	13	41	-28	11	5º
União Nogueirense F.C.	7			7FC	0	18	-18	0	7º
E.A.S. Perafita	7			7FC	0	18	-18	0	8º

FC – *Falta de Comparência = 0 Pontos*



**Quadro 5 – Quadro competitivo e resultados da fase Regional Liga MetLife 2012/2013****Fase Regional**

EAS Organizadora	EAS Alfena
Local/Morada	Complexo Desportivo A.C. Alfenense - Alfena - Valongo
Escalão	Sub. 13

**Equipas Participantes**

Grupo 1		Designação
1	Escola Academia Sporting V.N. Gaia	EAS Gaia
2	EF Fintas	EF Fintas
3	Escola Academia Sporting Póvoa do Varzim	EAS P.Varzim
4	Escola Academia Sporting Alfena	EAS Alfena
Grupo 2		Designação
1	Escola Academia Sporting Braga	EAS Braga
2	Escola Academia Sporting Barcelos	EAS Barcelos
3	Escola Academia Sporting Viana do Castelo	EAS V.Castelo
4	Sport Clube de Rio Tinto	SC Rio Tinto

**Jogos**

Grupo 1						Grupo 2					
Data	Equipa	Golos	vs	Golos	Equipa	Data	Equipa	Golos	vs	Golos	Equipa
12.05.2013	EAS Gaia	0	vs	4	EF Fintas	26.05.2013	EAS Braga	4	vs	1	EAS Barcelos
12.05.2013	EAS P.Varzim	4	vs	4	EAS Alfena	26.05.2013	EAS V.Castelo	3	vs	F	SC Rio Tinto
12.05.2013	EAS Gaia	5	vs	5	EAS P.Varzim	26.05.2013	EAS Braga	2	vs	3	EAS V.Castelo
12.05.2013	EF Fintas	11	vs	0	EAS Alfena	26.05.2013	EAS Barcelos	3	vs	F	SC Rio Tinto
12.05.2013	EAS Gaia	6	vs	4	EAS Alfena	26.05.2013	EAS Braga	3	vs	F	SC Rio Tinto
12.05.2013	EF Fintas	16	vs	2	EAS P.Varzim	26.05.2013	EAS Barcelos	1	vs	3	EAS V.Castelo

**Classificação**

Grupo 1									
	Equipa	J	V	E	D	GM	GS	DG	P
1	EF Fintas	3	3	0	0	31	2	29	9
2	EAS Gaia	3	1	1	1	11	13	-2	6
3	EAS P.Varzim	3	0	2	1	11	25	-14	5
4	EAS Alfena	3	0	1	2	8	21	-13	4
Grupo 2									
	Equipa	J	V	E	D	GM	GS	DG	P
1	EAS V.Castelo	3	3	0	0	9	3	6	9
2	EAS Braga	3	2	0	1	9	4	5	7
3	EAS Barcelos	3	1	0	2	5	7	-2	5
4	SC Rio Tinto	3	0	0	3	0	9	-9	0

Importa realçar de que toda a documentação de apoio à actividade foi disponibilizada pelo “clube mãe”.

### *Spring Cup*

Spring Cup, é uma actividade na qual é proporcionado aos alunos de todas as EAS do país o convívio competitivo, na academia “mãe”, em Alcochete.



**Figura 8** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete



**Figura 9** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete

Dado o elevado número de EAS e consequentemente de alunos, esta actividade desenvolveu-se em dois dias, 13 e 27 de Abril de 2014, dividida em 4 grupos, em diferentes horários, sendo que a nossa EAS Alfena, esteve presente no dia 13, no turno das 14H30-16H00, junto com as EAS de Vila Nova de Gaia, Viana do Castelo, Povo de Santa Iria e Setúbal.



**Figura 10** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete



**Figura 11** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete

A esta actividade, como em qualquer outra só os alunos interessados é que participam, até porque esta actividade é dada a distância entre Alfena-Porto e Alcochete, obriga a uma logística que acarreta custos para os pais/encarregados de educação. No entanto é sempre um momento de grande exaltação a ida à “casa mãe”, para os alunos e também para alguns familiares, pelo que nesta actividade tivemos cerca de 30 alunos, distribuídos por todos os escalões, acompanhados por familiares, mais os treinadores, o que resultou numa comitiva de 65 pessoas.



**Figura 12** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete



**Figura 13** - Spring Cup, Academia Puma – Alcochete



Sendo esta uma actividade da total responsabilidade da CT SCP EAS, são emitidas orientações, através de Comunicados Internos, para os intervenientes cumprirem.

### ***Summer Cup***

Esta actividade dá a oportunidade aos alunos de poderem realizar o sonho de poder jogar no relvado do estádio do clube mãe.

Este ano, a EAS Alfena não esteve presente nesta actividade.

### ***3.3. Relação Coordenador Técnico EAS Alfena – Estrutura EAS Alfena***

Neste ponto será esclarecido a relação com a estrutura técnica da EAS Alfena, a sua definição da estrutura técnica da EAS Alfena e Formação Interna.

#### ***3.3.1. Definição da Estrutura Técnica da EAS Alfena***

Nesta época a EAS Alfena tem um corpo técnico composto, por um coordenador técnico, 6 treinadores (sendo um de guarda-redes), 4 treinadores estagiários e dois treinadores assistentes.

O gabinete médico é composto por um fisioterapeuta e dois massagistas.

Na área administrativa existe um director geral e uma secretária.

Nas equipas de competição cada uma delas tem um delegado/director.

Como já anteriormente apresentado na Fig. 7, organograma EAS Alfena, sub a minha orientação directa tinha à minha responsabilidade a área técnica e área de actividades/competição.

O gabinete de fisioterapia, o qual dependia funcionalmente do director da EAS Alfena, no entanto todo e qualquer assunto em relação a qualquer atleta era tratado comigo. Este gabinete tratava também dos atletas do A.C.Alfenense.

De acordo com o Perfil definido pela CT SCP EAS e donos da EAS, relativamente aos treinadores o processo tende a ser muito exigente, o treinador deve possuir o grau de licenciatura na área da Educação Física e Desporto, ou frequentá-la enquanto discente e ou curso de treinadores, deve também possuir algumas características essenciais, a saber:

- Gosto e dedicação
- Conhecimento
  - Técnico – Científico
  - Pedagógico – Didáctico
- Paciência e Persistência
- Organização
- Responsabilidade
- Liderança
- Competência e Exemplo Conviver com a imprevisibilidade

Com base nas características acima indicadas o técnico assume um papel de gestor de uma matéria-prima humana no qual tem de integrar várias competências (técnicas,

táticas, físicas, psicológicas e sociais), de forma a contribuir para um desenvolvimento adequado do jovem. A sua liderança deve integrar o conhecimento técnico especializado, uma intervenção pedagógica formativa e educativa, e a racionalização das atitudes e comportamentos dos atletas promovendo a sua superação de acordo com o desenvolvimento do indivíduo. Estas características são operacionalizadas na execução atempada das tarefas inerentes à organização do treino (planeamento, unidade de treino, exercícios, etc.).

A criatividade pode e deve ser um factor complementar do saber (Técnico-Científico, Pedagógico-Didáctico), pois existem muitas variáveis na condução de uma unidade de treino que são difíceis de ser previstas, e a criatividade surge como forma de solucionar aspectos pontuais que por vezes sobressaem num ou noutro exercício. Como já foi referido, o técnico não deve juntar o máximo de características e colocá-las em prática de forma a solucionar, da melhor forma, toda e qualquer situação.

Na escolha de treinadores para qualquer EAS, o candidato deve entregar o seu currículo vitae, o qual é analisado pelo CT da respectiva EAS. Esta análise recai essencialmente na sua formação académica e profissional, bem como na sua experiência profissional.

Após ser seleccionado o candidato tem uma entrevista com o CT da EAS, que posteriormente e caso o candidato seja o escolhido é comunicada á CT SCP EAS.

No que á EAS Alfena diz respeito eu enquanto CT tinha liberdade na escolha e definição da estrutura técnica da academia, contudo o director geral tinha a sua opinião sobre o assunto.

Relativamente a esta época desportiva apenas dois treinadores assistentes é que passaram por este processo, pois foram os únicos que entraram de novo para o projecto.

Posso dizer que tive a sorte de trabalhar com uma equipa técnica dividida em dois grupos “se assim posso dividir”:

- treinadores experientes (no projecto ou como treinadores) conhecedores do projecto, da sua identidade e do treino e;
- jovens treinadores, que sempre mostram muita vontade de aprender, estando sempre disponíveis para discutir e sempre disponíveis para trabalhar com os restantes colegas mais experientes.

**Quadro 6 – Caracterização dos treinadores, estagiários e assistentes.**

<b>Função</b>	<b>Idade</b>	<b>Formação Académica</b>	<b>Formação Técnica</b>	<b>Experiência de Treinador</b>	<b>Anos no Projecto</b>
<i>Treinador</i>	38	Mestre	Nível 1	6 (anos)	5 (anos)
<i>Treinador</i>	33	Licenciado	Nível 1	5	5
<i>Treinador</i>	30	Licenciado	Nível 1	6	4
<i>Treinador</i>	26	Licenciado	Nível 1	4	1
<i>Treinador</i>	25	Licenciado	Nível 1	4	1
<i>Treinador (GR)</i>	38	Secundário	Nível 1	6	5
<i>Treinador Estagiário</i>	24	Licenciado	----	2	2
<i>Treinador Estagiário</i>	22	Discente Universitário	----	2	2
<i>Treinador Estagiário</i>	23	Licenciado	----	3	3
<i>Treinador Estagiário</i>	28	Secundário	Nível 1	4	2
<i>Treinador Assistente</i>	22	Discente Universitário	----	0	1
<i>Treinador Assistente</i>	22	Discente Universitário	----	0	1
<b>Média</b>	<b>27.5</b>			<b>3.5</b>	<b>2.6</b>



### **3.3.2. Formação Interna**

No sentido de assegurar a aplicação das orientações metodológicas definidas pela CT SCP EAS, bem como no bom funcionamento da escola, foram realizadas várias reuniões técnicas, nas quais foram abordados os seguintes temas:

#### **3.3.2.1. Linhas Orientadoras Gerais**

No sentido do bom funcionamento da escola foram estabelecidos algumas obrigações, entre as quais:

- Ser pontual, comparecendo no local do treino pelo menos 15 minutos antes desta se iniciar;
- Ser assíduo, usando apenas como último recurso a substituição, devendo nesse caso comunicar de imediato ao CT e solicitar a um treinador EAS-Alfena para o substituir;
- Incentivar o cumprimento dos horários por parte dos seus atletas;
- Começar sempre a aula à hora indicada, independentemente do número de atletas presente, e terminar a mesma também à hora marcada ou, no máximo, 5-10 minutos mais tarde;
- Preencher o mapa de presenças no final do treino;
- Manter uma imagem valorizada através da conduta e aparência;
- Apresentar-se sempre com equipamento desportivo da Escola Academia Sporting – Alfena;
- Organizar a aula seguindo os princípios metodológicos definidos pela CT SCP EAS e CT EAS – Alfena;
- Utilizar a demonstração, sempre que necessário (principalmente nas idades mais baixas);

- Realizar o balanço da aula/treino, focando os aspectos positivos, negativos e mais importantes da mesma;
- Utilizar apenas material da Escola Academia – Alfena (exemplo: não utilizar bolas de alunos) ou utilizar apenas com expressa autorização do coordenador técnico;
- Supervisionar e orientar o trabalho do treinador estagiário e ou assistente, incentivando-o a intervir convenientemente;
- Adoptar terminologia técnica de Futebol;
- Manter uma postura activa e interventiva;
- Participar no planeamento, organização e implementação das actividades extra-aula (torneios, encontros, jogos-treino, competições) sempre que para isso seja solicitado;
- Participar na divulgação das actividades junto dos pais e atletas;
- Propor alterações fundamentadas para novas actividades regulares;
- Estar sempre em sintonia com o seu coordenador;
- Comunicar imediatamente ao coordenador qualquer anomalia relacionada directa ou indirectamente com o seu trabalho;
- Racionalizar as atitudes dos atletas e promover o espírito de superação;
- Ser convicto pessoal e profissionalmente e ter capacidade de persuasão;
- Não permitir que pessoas alheias (crianças e/ou adultos) estejam no recinto de jogo (campo) durante o período de aulas, mesmo que não estejam a perturbar as mesmas;
- Controlar o período de “beber água”, não permitindo brincadeiras com a água, nem que os atletas deixem as garrafas fora do sítio definido;
- Não utilizar nem permitir a utilização de pastilhas elásticas durante o período de aulas;
- Não autorizar a entrada dos atletas para o recinto de jogo antes da hora marcada para a actividade, nem emprestar bolas fora do período de treino;
- Banir-se, a si próprio, de utilizar o telemóvel durante o tempo de aula e no espaço da mesma, mesmo em modo silencioso (este deve ficar no balneário dos treinadores ou na secretaria da Academia);

- Não fumar dentro das instalações da Academia (campo ou exterior/interior da secretaria) e junto de atletas e encarregados de educação (em qualquer local).

### **3.3.2.2. Princípios Metodológicos**

Quando definimos a sessão de treino a utilizar, deveremos ter em conta que esta deverá evoluir até à forma de jogo mais adequada à faixa etária:

- De situações estáticas até situações de mobilidade;
- De situações oposição passiva, até situações de oposição activa;
- De tarefas fechadas a tarefas abertas, dando criatividade ao jogador;
- De acções de técnica individual, até acções de jogo.

A sessão de treino de deverá ser dividida em três partes:

#### Parte inicial ou introdutória:

- Instrução dos objectivos da sessão de treino;
- Organização da classe;
- Aquecimento específico como preparação para a parte principal da sessão de treino (introduzindo logo o conteúdo nuclear da sessão).

#### Parte principal:

- Desenvolvimento dos objectivos específicos do treino;
- Desenvolvimento das acções e comportamentos técnico-tácticos;
- Desenvolvimento da velocidade, coordenação e ritmo de execução (dentro das formas jogadas);
- Exercícios de intensidade e densidade elevadas.

Parte final:

- Análise dos conteúdos abordados na sessão de treino;
- Desenvolvimento da força média;
- Registo de Assiduidade.

## Principais preocupações na organização de uma sessão de treino:

- Organizar, na parte inicial da aula, exercícios que desenvolvam a relação jogador/bola;
- Organizar exercícios de treino com um número reduzido de elementos de forma a potenciar os comportamentos com bola;
- Evitar, nas situações de jogo reduzido, a utilização de jogador neutro (joker) para que todos os alunos passem pelo processo ofensivo e defensivo, definindo a posição de guarda-redes de ocasião, privilegiando a equipa que ataca, visto que se encontra sempre em superioridade numérica;
- Organizar os exercícios de jogo reduzido num campo com pouca profundidade, de forma a potenciar os comportamentos próximos da baliza;
- Organizar o treino para que um terço da mesma seja jogo (com a forma definida para o escalão);
- Permitir que todos os jogadores tenham oportunidade de atingir o objectivo do jogo (o golo) em todas as aulas;
- Organizar a aula de forma semelhante, no intuito de aumentar o tempo potencial de aprendizagem, e diminuir o tempo de transição e organização;
- Transmitir os Princípios Específicos de Jogo (ofensivos e defensivos), operacionalizando de ideias abstractas a situações concretas;
- Criar jogos simples para entender o jogo formal (deve haver sempre um vínculo ao jogo formal);
- Recriar os problemas do jogo formal em jogos primitivos (1x0, 1x1, 2x1, 2x2, 3x2, 3x3...);

- Abolir filas com 3 ou mais atletas (utilizar como recurso treino por estações e/ou situações de jogo reduzido)

No caso do trabalho por estações devemos:

- Organizar os vários exercícios para que se encontrem em fases diferentes do processo ensino-aprendizagem;
- Organizar o exercício de maior complexidade, ou aquele que necessita de um maior acompanhamento, no centro da classe.

### **3.3.2.3. Documentação Técnica**

Efectivamente a entrega da documentação exigida pelo clube mãe, torna mais facilitada a minha tarefa enquanto coordenador, pois posso garantir um controlo regular e sistemático de todo o processo de treino, nesse sentido foi criado um dossier técnico para cada treinador principal e distribuído a todos os treinadores principais toda a documentação a utilizar, para desta forma uniformizar documentação.

Foi-lhes por mim imposto, datas limite para entrega da documentação técnica, mais concretamente os planeamentos anuais (até final do mês de Setembro) e o mesociclos até 15 dias antes do seu início. Esta documentação era enviada para o meu correio electrónico, para ser posteriormente impressa e arquivada nos dossiers técnicos.

Relativamente à restante documentação, criei uma conta na plataforma Google Drive, onde foram criadas fichas de assiduidade para cada uma das turmas, as quais eram actualizadas semanalmente pelos treinadores. Foi ainda criado um plano de registo de actividades, documento no qual os treinadores registavam toda a sua actividade, treinos, jogos treino, competições, torneios e outras actividades.

Implementados pois procedimentos era relativamente fácil para mim, poder controlar a actividade da escola. No que diz respeito aos treinadores, isto é assegurar aplicação das orientações metodológicas definidas pelo clube mãe, bastava consultar o dossier de um dos treinadores e verificar a sua aplicação no treino.

Já no que diz respeito aos alunos era consultada as fichas de assiduidade. Estas fichas foram também um bom auxílio para a secretaria administrativa.

### ***Planeamento Anual***

Relativamente ao Planeamento Anual e tendo por base as linhas orientadoras técnicas-pedagógicas, do clube mãe, os treinadores, sob a minha supervisão, elaboraram o planeamento anual. Este planeamento é elaborado para cada equipa/turma, ali constando os conteúdos técnico-pedagógicos respectivos a cada escalão.

Foi por mim solicitado a cada treinador que elaborasse o planeamento anual, para cada uma das suas equipas, que depois de apresentado foi discutido em reunião. Uma vez que os treinadores da EAS Alfena tinham já experiência no projecto, facilitou e muito tal tarefa, pois todos eles conhecem bem os conteúdos a ministrar.

**Quadro 7 - Planeamento Anual.**

PLANEAMENTO ANUAL	Avaliação Inicial	Aprendizagem e Desenvolvimento				Consolidação	Avaliação e Transição
		1ª ETAPA Mesociclo	2ª ETAPA Mesociclo	3ª ETAPA Mesociclo	4ª ETAPA Mesociclo	5ª ETAPA Mesociclo	6ª ETAPA Mesociclo
DATA							
Nº de Semanas							
Princípios de Jogo							
Acções T-T suporte							
Forma Jogada							
Organização Colectiva							
Guarda-redes							

## Mesociclo

Este documento visa a simplificação do trabalho aos Técnicos e CT, uma vez que congrega na mesma folha as unidades didácticas, o balanço das mesmas e a avaliação do desempenho do técnico pelo CT. Da mesma forma permite que a CT SCP EAS tenha num só documento toda a informação relativa aos conteúdos de observação.

**Quadro 8 – Mesociclo.**

EAS – ALFENA 2012-2013					
Logo		Professor: _____ Escalão: _____ Horário: _____			
<b>MESOCICLO - _____</b>					
Objectivos Gerais				Material	
<b>Parte Inicial</b>					
Descrição do Exercício Variantes / Condicionantes	Objectivos Específicos Critérios de Êxito	Organização Visual - Desenho	Feedback./Instrução	Data	T'
<b>Parte Principal</b>					
Descrição do Exercício Variantes / Condicionantes	Objectivos Específicos Critérios de Êxito	Organização Visual - Desenho	Feedback./Instrução	Data	T'
<b>Parte Final</b>					
Descrição do Exercício Variantes / Condicionantes	Objectivos Específicos Critérios de Êxito	Organização Visual - Desenho	Feedback./Instrução	Data	T'
<b>Observações / Balanço Mensal</b>					
<b><u>A PREENCHER PELO TÉCNICO</u></b> Objectivos Planeados Vs Concretizados: Propostas/Estratégias a implementar: Opinião Global sobre a turma neste mesociclo: Alunos à Experiência: Alunos em Destaque:					
<b><u>A PREENCHER PELO COORDENADOR TÉCNICO</u></b> Intervenção do Técnico: Informação / Feedback   Gestão   Controlo: Posicionamento   Deslocamento: Estratégias de Melhoria: Desempenho em competição (Perfil e Intervenção):					



### ***3.4. Intervenção Técnico-Pedagógica do CT EAS Alfena***

Durante toda a época desportiva, e dando cumprimento às funções de Coordenador Técnico, nomeadamente “Assegurar a aplicação das orientações metodológicas definidas pela coordenação técnica nacional do projecto; Seleccionar, formar, supervisionar, avaliar e acompanhar o desempenho dos técnicos e restante estrutura técnico-pedagógica”, tentei estar o mais presente possível no campo, junto dos técnicos e dos alunos.

Ultrapassado o período inicial com as turmas organizadas e horários de treinos estabelecidos, a escola entra numa fase de grande dinâmica de treinos, jogos treino, competições e actividades, não sendo fácil para mim conseguir acompanhar doze equipas, seis de formação e seis de competição, contudo estabeleci como regra estar presente e acompanhar pelo menos um treino de cada treinador/turma, por semana.

Estabelecido o horário, privilegiei as 2<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> feiras, como dias de presença obrigatória, uma vez que eram neste dias a maior concentração de equipas. Importa realçar que esta minha decisão/objectivo nunca foi comunicada aos técnicos e restante estrutura, e muitas vezes alterava esses dias de presença na escola, não só para supervisionar as aulas, mas também algumas vezes “mais do que aqueles que gostava” por questões administrativas e organização.

## *Semana Tipo*

### Segunda-feira

- Chegada à EAS entre as 17H00-17H30;
- Entre a minha chegada e as 18H30, tratar de assuntos de carácter administrativo;
- 18H30 – 20H30 acompanhamento dos treinos;
- 20H30 – 21H30 contacto com treinadores e pais.

### Terça-feira

- Folga.

### Quarta-feira

- Chegada à EAS entre as 17H00-17H30;
- Entre a minha chegada e as 18H30, tratar de assuntos de carácter administrativo;
- 18H30 – 20H30 acompanhamento dos treinos;
- 20H30 – 21H30 contacto com treinadores e pais.

### Quinta-feira

- Chegada à EAS entre as 17H00-17H30;
- Entre a minha chegada e as 18H30, tratar de assuntos de carácter administrativo;
- 18H30 – 20H30 acompanhamento dos treinos;
- 20H30 – 21H30 contacto com treinadores e pais.

### Sexta-feira

- Folga.

Fim-de-semana

- Acompanhamento de competições e ou actividades.

Importa mais uma esclarecer que muitas vezes alterava a semana tipo.

**Quadro 9** – Tarefas e horas de trabalho despendido.

Actividades desenvolvidas	Horas	Horas
	Semana	Ano
<b>➤ Organização e Gestão</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Organização, Gestão e Controlo das Actividades</li> <li>➤ Organização de participação nas actividades/competições</li> <li>➤ Reuniões com a Direcção</li> </ul>	4.30	180
<b>➤ Treino</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Observação e supervisão técnica</li> <li>➤ Avaliação dos Alunos/Jogadores</li> <li>➤ Enquadramento dos alunos/jogadores</li> </ul>	6	240
<b>➤ Competição</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Observação em contexto de competição</li> <li>➤ Supervisão de actividades</li> </ul>	2	80
<b>➤ Coordenação</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Reuniões técnicas e individuais de análise e reflexão</li> <li>➤ Planeamento Anual e Mesociclo (documentação técnica)</li> <li>➤ Reunião com Pais / Encarregados de Educação</li> </ul>	3	120
<b>Total em horas de trabalho (x40 semanas)</b>	15H30	<b><u>620 ap.</u></b>

O facto de estar acompanhado com técnicos com experiência no projecto, para mim e inicialmente entendi ser um ponto positivo, pois o seu conhecimento sobre os conteúdos técnico-pedagógicos e o facto de alguns desses mesmos técnicos terem já trabalhado com praticamente todos os escalões, seria um factor determinante para me libertar no acompanhamento dos técnicos menos experientes no projecto.

Adoptei uma postura de observação sem intervenção directa, no período da aula/treino, por entender ser essa a postura mais correcta. Normalmente posicionava-me próximo do técnico, no sentido de perceber a sua instrução e feedbacks, sem interferir no seu desempenho. Finalizada a aula e dependendo do resultado da observação, ou tinha uma breve conferência de avaliação com o técnico e adjunto/estagiário, que quase sempre era ainda no campo, ou se entende-se ser necessário marcava uma reunião individual com o técnico e adjunto/estagiário, ou no final dos treinos desse mesmo dia ou então no dia seguinte.

Regra geral as conferências com os técnicos, relacionavam-se com a discussão sobre os objectivos dos exercícios e suas condicionantes e sua relação com os objectivos técnico-pedagógicos. Bem como questões que tinham a ver com posturas, intervenção e relação com alunos. Tentei sempre que soube apresentar alternativas e estratégias aos técnicos relativamente a todos esses temas.

Posso dizer que tive a sorte de trabalhar com uma equipa técnica dividida em dois grupos “se assim posso dividir”, treinadores experientes (no projecto ou como treinadores) conhecedores do projecto, da sua identidade e do treino e jovens treinadores, que sempre mostram muita vontade de aprender, estando sempre disponíveis para discutir e sempre disponíveis para trabalhar com os restantes colegas.

Todos os técnicos, foram responsáveis, praticamente durante toda a época, não existiram faltas a treinos e nunca tal aconteceu a actividades ou à competição, das vezes que isso aconteceu, comunicavam comigo e trataram de ser substituído por um colega Treinador (principal) a quem entregavam o plano de aula. O relacionamento com os alunos sempre foi sempre muito próximo, criando um clima positivo nas aulas.

Tive uma vez ou outra vez de alertar para a pontualidade, não pelo treino começar depois da hora, mas para o facto de ser dever do técnico, comparecer no local do treino 15 minutos antes da hora e organizar a aula momentos antes desta se iniciar.

Outra questão que ao longo da época não foi fácil gerir e sempre me obrigou a ter algum bom senso e compreensão tem a ver com a valorização da imagem dos técnicos e escola, através da apresentação com o equipamento adequado, e isto deve-se a vários factores, mas principalmente por existirem dois equipamentos completamente distintos, um da escola (clube mãe) e outro do clube representado na competição e o equipamento cedido tanto pelo escola como pelo clube representado é escasso e inadequado ao clima. Assim sendo foi tentando gerir esta situação da melhor forma, sabendo que não foi a ideal.

Outra área da minha intervenção junto dos técnicos tinha a ver com a terminologia técnica do futebol, tentando intervir sempre que entendia ser necessário no sentido sensibilizar os técnicos a utilizarem termos técnicos na sua instrução e feedbacks, atendendo ao escalão.

A postura dos técnicos durante as aulas/treino e actividades/competição, sempre foi importante para mim, pois entendendo que uma atitude activa e interventiva durante a aula,

desenvolve uma dinâmica que potencializa nos jovens a sua motivação e superação. Como tal, por algumas vezes, alertei para o facto do técnico passar “muito” tempo junto do adjunto/estagiário, não circular pelo espaço do exercício/treino, mantendo no mesmo local parado, interagir com os alunos demonstrando e utilizando várias formas de feedback, bem como os ciclos de feedback. Realizar o balanço da aula/treino, focando os aspectos positivos e negativos da mesma.

Regra geral em contexto de actividades/competição e dentro daquilo que é normal e aceitável os técnicos sempre tiveram um comportamento digno e respeitável, sempre com muito Fair-Play, passando aos atletas esses mesmos valores. A minha intervenção passou por pequenos reparos ao nível dos feedbacks.

Relativamente aos treinadores estagiários e assistentes, a minha intervenção incidiu mais nas suas atitudes e comportamentos, adaptando-os ao contexto da nossa escola. Acompanhando os técnicos, permanentemente, os estagiários e assistentes evoluíram positivamente no seu processo de aprendizagem, foi possível ao longo da época irem participando cada vez mais de forma activa no treino, iniciando esta intervenção por auxiliar o técnico a organizar os exercícios, passando depois por intervir em exercícios de organização e estrutura mais simples, finalizando a época por planear um treino/aula e acompanhar a respectiva turma numa actividade competitiva (em torneios não oficiais), sempre sob a minha supervisão e do respectivo treinador. Importa também referir que os treinadores estagiários e assistentes sempre que possível e necessário acompanhavam também outros treinadores de outros escalões.

De seguida serão abordados as intervenções, em termos gerais, no que diz respeito às populações-alvo, no caso treinadores e jogadores.

### ***3.4.1. Intervenção Técnico-Pedagógica do Treinador EAS Alfena***

Da observação e análise efectuada diariamente nos treinos, à intervenção dos treinadores foram apresentadas e discutidas as seguintes propostas de melhoria:

- O conhecimento e utilização da linguagem específica do jogo, associada aos princípios específicos, seus objectivos e comportamentos e as acções Técnico/Tácticas associadas a eles;
- O correcto posicionamento e deslocamento dos técnicos ao longo da aula;
- A utilização de formas jogadas ajustadas ao espaço disponível e ao nível dos alunos;
- O mapeamento do campo;
- A Realização de questionamento aos alunos.

Como plano de intervenção, estas propostas eram:

- Discutidas individualmente com o(s) treinador(es), em regra a seguir ao final do treino;
- Discutidas em reunião técnica, com análise do caderno técnico SCP EAS, com especial atenção a estas temáticas, e
- Acompanhamento das aulas.

Neste grupo a minha intervenção teve sempre como objectivo o aperfeiçoamento da intervenção técnico-pedagógica dos treinadores, tendo como base as orientações da CT SCP EAS, sendo que regra geral o resultado da minha intervenção era positivo, ou seja os treinadores corrigiam o proposto, resultando na melhoria e optimização da sua intervenção e consequente melhoria do treino e rendimento desportivo.

### **3.4.2. Relação CT EAS Alfena – Alunos/Jogadores**

Este ponto foi subdividido na avaliação dos alunos/jogadores e no seu enquadramento na EAS.

#### **3.4.2.1. Avaliação dos Alunos/Jogadores**

Como já anteriormente referido o clube mãe, traça as linhas orientadoras, pelas quais todos os intervenientes no processo de formação/treino dos jovens da nossa escola devem respeitar e nesse sentido encontram-se bem definidos os conceitos que dizem respeito às fases, níveis e comportamentos.

Segundo essas linhas orientadoras, para qualquer faixa etária, patamar e/ou nível de aprendizagem foram definimos três fases do processo ensino-aprendizagem, “não sendo este fixo nem estanque, ou seja, não é sequencial-irreversível. a CT SCP EAS, encara este processo de uma forma sequencial-dinâmica, consciente dos avanços e recuos na abordagem dos conteúdos a leccionar e nas aprendizagens assimiladas”. (Coordenação Técnica, Sporting Clube de Portugal, Escolas Academia Sporting -2011-2012).

Dentro desta orientação, o clube mãe estabeleceu linhas orientadoras para os treinadores, de forma a que dentro de qualquer uma das fases consigam ajustar coerentemente o desenvolvimento das sessões de treino.

O mesmo documento define três níveis/etapas no processo ensino aprendizagem permitem-nos perceber nos vários momentos do ano em que nível se encontra o aluno para o seu escalão e na sua idade.



Estes três níveis encontram-se presentes em todos os escalões, a sua definição é importante no Plano Plurianual, uma vez que permite enquadrar os alunos nas classes, aquando da Avaliação Inicial. Esta avaliação pode ser feita em qualquer momento do ano, assim como o enquadramento do aluno numa turma do seu nível de competência. Um aluno deve passar para o escalão seguinte caso consiga realizar a maioria dos conteúdos do nível mais competente do escalão em que se encontra (nível anterior).

No que diz respeito à organização geral das turmas e tendo em conta o acima explanado, decidi que os treinadores, nesta época iriam manter as turmas que treinavam na época passada, salvo o escalão de sub.11, para o qual designei um treinador com experiência no projecto e que tinha terminado o seu ciclo com a sua turma de sub.15, substituindo um treinador que saiu do projecto.

Nesta época e ao contrário das anteriores, consegui ter um treinador estagiário ou assistente para cada treinador, formando equipa em todas as turmas que fossem atribuídas ao treinador. Todos os treinadores tinham mais do que uma turma, regra geral uma turma de competição e uma formação.

Relativamente à organização das turmas/equipas e como é facilmente compreensível a atendendo ao contexto desta escola de futebol, os alunos que integram as equipas de competição são os mais competentes e/ou com mais potencial, como tal as turmas começam a ser definidas na época anterior, ou seja nas turmas de competição os alunos regra geral já se encontram nos respectivos escalões de competição, por ano de nascimento e vão transitando de escalão em escalão, atendendo ao seu desenvolvimento.

No caso dos alunos novos, temos duas situações, atletas que não são “referenciados” (entenda-se “referenciado” já ter sido observado, por várias vezes por alguém da estrutura técnica da escola ou vir de outras realidades competitivas de nível idêntico) e

neste caso são avaliados nas turmas de formação do respectivo escalão etário. Já no caso dos atletas “referenciados” são avaliados nas turmas de competição do respectivo escalão etário. Finalizado o processo de avaliação inicial do aluno, ele é integrado na realidade mais adequada ao seu nível de desempenho. Este processo verifica-se ao longo de toda a época.

Realça-se que tentei sempre que possível e durante a época nas turmas de Minis (Sub.7) e Traquinas (sub.9, nascido em 2004) ir agrupando os alunos por níveis de competências e desempenho, principalmente sentido de potenciar o seu desenvolvimento, mas também para formar o grupo de que irá entrar em competição na próxima época (sub.8, nascidos em 2005).

Importa também dizer que a formação das turmas é um processo dinâmico, durante toda a época, ou seja um aluno que esteja ou seja integrado numa turma de competição, pode atendendo ao seu desenvolvimento transitar para uma turma e formação e vice-versa. Aqui e como balanço final, posso até dizer que na nossa escola o trabalho nas turmas de formação foi e tem sido muito positivo, pois praticamente em todos os escalões foram integrados alunos das turmas de formação nas turmas de competição, dado o seu crescente desempenho e competência.

Nas primeiras duas a três semanas de actividade da escola, a minha grande preocupação tinha a ver com a parte organizativa, isto tendo em conta que os inícios de época aulas/treinos iniciam “a meio gás”, atletas ainda de férias, atletas novos na escola, etc., pelo que junto com os treinadores tentamos o mais rápido quanto possível, resolver estas questões e definir as turmas.

Neste período e atendendo ao acima relatado, e conforme as orientações metodológicas definidas pela coordenação técnica nacional do projecto, este é o

“período de avaliação inicial”, com o objectivo de avaliar e analisar as competências dos alunos, principalmente dos novos alunos, para melhor enquadramento dos mesmos. Neste período não existe grande preocupação nos conteúdos técnicos-pedagógicos, sendo os exercícios de treino direccionados para a relação com bola e jogo em forma reduzida e formal.

Nestas primeiras semanas de treino, estive presente nos treinos praticamente todos os dias, tentando acompanhar os técnicos que recebiam alunos novos, e em conjunto efectuar a correcta avaliação dos mesmos e posterior enquadramento na turma.

#### ***3.4.2.2. Enquadramento dos alunos/jogadores***

Em relação ao recrutamento dos atletas e seu enquadramento nas EAS, existiram duas formas:

- Os atletas que procuram o nosso centro de treino para poderem praticar;
- Os atletas que são sinalizados com níveis de competência alto e que são convidados a ingressarem nas nossas equipas.

Existindo duas realidades diferentes, a Formação e a Competição, regra geral os jogadores sinalizados destinam-se a enquadrar as equipas de competição, contudo muitas das crianças que nos procuram acabam por posteriormente integrar uma das turmas de competição.

## ***Recepção Alunos / Jogadores***

Na prática recebia os pais e os novos alunos, que regra geral já tinham um contacto prévio com a escola ou directamente comigo, sendo informados dos dias e horários de treino.

Chegados à escola procediam ao preenchimento de uma ficha, representada no Quadro 10, com identificação do Encarregado de Educação (E.E) e do aluno, bem como informações/dados desportivos do mesmo. Seguidamente o aluno era apresentado ao técnico, antes do início da aula, e entregue a ficha do “1º Treino”. No final da aula o técnico apresentava-me a ficha com a sua avaliação. Este processo de avaliação poderia prolongar-se mais do que um treino.

Importa dizer que este processo repetia-se sempre que um novo aluno procura-se a nossa escola, ao longo da época desportiva.

**Quadro 10 – Ficha “O Meu 1º Treino”.**

O MEU 1º TREINO									
Nome Aluno									
	Data de Nascimento				/			/	
E. Educação									
Morada									
Código Postal					-				
Contacto 1									
Contacto 2									
E-mail									
Clube Actual						Posição em Campo			
Clubes Anteriores									
<b>A PREENCHER PELA ACADEMIA</b>									
Turma onde vai treinar	Minis	A	B	C					
	Pré-Escolas	A	B	C					
	Escolas	F	A	B	C				
	Infantis	F	A	B	C				
	Iniciados	F	A	B	C				
Técnico Responsável									
Avaliação Técnica	1	2	3	4	5				
Observações Técnicas									
Assinatura: _____ Data: ____ / ____ / ____									

**Reunião com Pais / Encarregados de Educação**

Este processo era finalizado com o meu parecer final e apresentação do resultado aos pais/encarregados de educação (EE) e respectivo enquadramento do aluno, ou seja numa turma de formação ou de competição, respectivos horários da turma e objectivos técnico-pedagógicos da mesma. Aceite a proposta para o aluno, os pais/E.E. finalizavam o processo com a inscrição na secretaria e recebimento do equipamento da escola.

A minha intervenção no grupo dos jogadores e no que diz respeito à avaliação das suas competências em regra era no sentido de confirmar ou não a avaliação realizada pelo treinador responsável pela observação. Esta reavaliação era depois discutida com o treinador, no sentido de encontrar o melhor enquadramento para o jogador.

Nesta temática e sempre que algum aluno era proposto por um treinador para transitar de equipa (em regra da formação para a competição), este aluno entrava num processo de avaliação de competências, ou seja era observado por mim durante uma ou duas semanas, depois se a minha avaliação fosse positiva era integrado na respectiva equipa de competição treinando ali durante um determinado período de tempo até que houvesse uma decisão final, se integrava definitivamente essa equipa ou voltava à sua turma inicial.

Importa esclarecer que todo este processo e sempre que algo justificasse eu contactava com os pais / EE do aluno, informando-os do procedimento.

A minha intervenção nesta área, em alguns casos não permitiu criar falsas expectativas nos jogadores e também nos pais / EE, pois em alguns casos os alunos que pareciam ter competências para poderem competir, ao integrarem um grupo de competição evidenciavam falta de capacidade para o fazer, e nesse sentido nestes processos de transição sempre entendi e sempre o fiz, esclarecer convenientemente os jovens e os respectivos pais / EE.

### ***3.4.3. Organização, Gestão e Controlo das Actividades***

Sendo esta uma das minhas funções, nesta época desportiva e fruto do seu trabalho ao longo destes anos, a EAS Alfena, tornou-se nesta região uma referência no futebol de formação, sendo uma escola de futebol/clube muito requisitado para actividades/torneios, o que obriga a uma cuidada análise dessas mesmas actividades.

Tentamos o mais possível proporcionar um nível óptimo de actividade/competição aos alunos, acreditando ser este um momento importante na formação dos jovens, no entanto tivemos em consideração um conjunto de factores aquando da escolha dessas actividades/competições para os nossos alunos, desde logo as linhas orientadoras do clube mãe, (aspectos técnicos e marketing) e igualmente questões financeiras tanto da escola como dos encarregados de educação (deslocações, estadias, etc.).

Como já anteriormente referido tinha o auxílio de um colega nesta área, sendo a sua responsabilidade tratar de toda a informação, organização, gestão e logística tanto das equipas de competição, bem como das de formação.

Nas equipas de competição os delgados/directores também tiveram sempre um papel importante nesta área, eram eles os responsáveis pelo preenchimento das “fichas de jogo”, pela preparação de equipamento de jogo, dos “lanches” para os atletas e da coordenação nos transportes para os jogos entre os pais/EE.

**Quadro 11 – Plano de Actividades/Competições**

<u>Escalão</u>	CTIVIDADE/COMPETIÇÃO							
	Forma Jogada							
Sub.15 - Iniciados	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T			
	11X11		7X7	7X7	11X11			
Sub.15 - Iniciados Formação		APEF	A.C.M	A.I				
		7X7	7X7	7X7				
Sub.13 - Infantis A	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T	Her. CUP	LS F. CUP	Valon.
	7X7		7X7	7X7	7X7	7X7	7X7	7X7
Sub.12 - Infantis B	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T			Valon.
	7X7		7X7	7X7	7X7			7X7
Sub.13 - Infantis Formação		APEF	A.C.M	A.I				
		7X7	7X7	7X7				
Sub. 11 - Benjamins A	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T	Queiró		
	7X7		5X5	5X5	7X7	7X7		
Sub. 10 - Benjamins B	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T	V D'Anta		
	7X7		5X5	5X5	7X7	7X7		
Sub.9 - Benjamins C	A.F.P		A.C.M	A.I	J.T	P.Bran.		Alf. CUP
	7X7		5X5	5X5	7X7	7X7		7X7
Sub. 11 - Benjamins Formação		APEF	A.C.M	A.I				
		5X5	5X5	5X5				
Sub. 9 - Pré-Escolas A		APEF	A.C.M	A.I				
		5X5	5X5	5X5				
Sub. 7 - Pré-Escolas B		APEF	A.C.M	A.I				
		5X5	5X5	5X5				
Sub. 6 - Minis A		APEF	A.C.M	A.I				
		3X3	3X3	3X3				
<b><u>Legenda</u></b>								
Campeonato Associação Futebol do Porto - A.F.P								
Actividades Clube Mãe - A.C.M								
Torneios - HERNANI CUP - LS FOOT CUP - Alfena Cup - Valonguense - Queiró - Vila D'Anta - Paços de Brandão								
Jogos Treino –J.T								
Torneio anual da Associação Portuguesa das Escolas de Futebol - A.P.E.F								
Actividades Internas - A.I								



#### ***3.4.4. Relação CT EAS Alfena – Pais / Encarregados de Educação***

No início da época desportiva, foram realizadas reuniões, por turma, com os pais/EE dos alunos, aos quais foram apresentados, os seguintes pontos:

1. Actividades/Competição (enquadramento e explicação dos quadros competitivos e ou actividades a participar);
2. Objectivos (apresentação dos objectivos técnico-pedagógicos atingir, de acordo com o proposto pelo clube mãe);
3. Regulamento (apresentação de regras gerais para o bom funcionamento da EAS);
4. Director(a) Desportiva (“Eleição” de dois responsáveis por turma, e quem ficavam incumbidas as tarefas de delegado de equipa).

No que aos pais/EE diz respeito, optei por estar sempre disponível para qualquer questão que os mesmos entendessem colocar.

#### ***Reunião de Preparação de Participação nas Actividades***

Sempre que assim o exigia, ou seja aquando da participação em actividades (torneios) que obrigassem a uma organização diferente da normal era tida uma reunião com os pais/EE da respectiva turma.

Esta reunião era preparada e dirigida pelo meu colega responsável por esta área, no entanto eu estava sempre presente.

Nesta reunião era apresentado aos pais/EE:

- A actividade / torneio;
- Datas e local;
- Comitivas;
- Pagamentos;
- E outros assuntos de interesse.

### ***Percepção da sua Satisfação e dos Aspectos de Melhoria***

Em regra em todas as actividades/torneios, esteve sempre presente um representante da EAS, sempre que possível eu próprio, em minha substituição o meu colega responsável pela área de actividades ou o próprio director geral da EAS.

A nossa presença era importante não só para controlo e avaliação dessas mesmas actividades, mas também para *in loco* perceber a satisfação dos atletas e pais/EE.

De um modo geral penso que os pais/EE, ficaram satisfeitos com a participação dos atletas nas actividades, independentemente do seu resultado final, que diga-se que foi quase sempre muito positivo, todavia foram apontados por alguns pais/EE aspectos de melhoria, principalmente:

- Custo da actividade (deslocações, alimentação, etc), e
- Tempo de espera entre jogos.

Em resumo penso que as actividades desenvolvidas e ou participadas, foram de grande relevância para todos, em especial para os alunos/atletas que nelas participaram, pois tais momentos proporcionam-lhes momentos importantes no seu processo de desenvolvimento desportivo e social.

Quanto a mim estas actividades deram um grande contributo no meu desenvolvimento e formação técnico-desportiva e também social pela relação com os alunos, técnicos e com os pais/EE.

## **4. Objectivos**

Relativamente aos objectivos, eles foram divididos em objectivos da intervenção profissional e objectivos atingir com a população alvo.

### **4.1. Objectivos da Intervenção Profissional**

A intervenção profissional tinha como grande objectivo contribuir, complementar e consolidar os conteúdos abordadas no âmbito do Mestrado, com vista à especialização.

Propôs-me atingir o desenvolvimento máximo dos jovens, dentro daquilo que é solicitado como conteúdos técnico-táticos para cada escalão etário.

Proporcionar o máximo de tempo em competição adaptada ao nível dos atletas.

Aos alunos de formação criar condições para uma possível integração numa equipa de competição.

Aos alunos de competição e para além do seu desenvolvimento individual, criar condições para atingir os melhores resultados desportivos, nas competições onde se encontram.

## ***4.2. Objectivos a Atingir com a População-Alvo***

Com os atletas:

- Contribuir para a formação dos jovens em todas as suas vertentes;
- Criar condições para que os jovens alcancem, em cada etapa, o nível ótimo do seu desenvolvimento;
- Aumentar o gosto e o hábito pela prática desportiva regular e hábitos de vida saudáveis;
- Criar hábitos de vida saudáveis;
- Eventualidade de identificar um talento.

Com os treinadores:

- Desenvolver e consolidar um conjunto de objectivos operacionais de carácter mais específico, sendo estes desenvolvidos no absoluto respeito dos princípios específicos estabelecidos pelo projecto.
- Criar condições para a sua evolução enquanto treinadores de formação, respeitando a identidade e metodologia do “clube mãe”.

## **5. Avaliação do Cumprimento de Objectivos**

Os objectivos definidos no projecto de estágio, para avaliação através das datas de entrega dos relatórios, apenas não foram cumpridos no que diz respeito á entrega do relatório final de estágio. por motivos de saúde que me impediram de cumprir essa data.

Relativamente aos restantes objectivos propostos penso que foram atingidos, tanto no que diz respeito á minha intervenção técnico-pedagógica junto dos treinadores e jogadores, bem como na relação com os pais/EE.

Parece-me evidente que relativamente aos jogadores, conseguimos no geral atingir o seu desenvolvimento máximo, dentro dos conteúdos técnico-tácticos, para cada um dos escalões etários.

Outro dos objectivos propostos era proporcionar o máximo de tempo em competição adaptada ao nível dos atletas, o que também foi atingido pois todos eles tiveram enumeras oportunidades de participar em diferentes momentos e níveis de competição.

Durante a presente época desportiva, foi ainda possível transitar de equipas de formação para equipas de competição alguns jogadores, que evoluíram significativamente técnica e taticamente, dando assim cumprimento a mais um dos objectivos propostos.

O interesse em muitos dos nossos jogadores, por outros clubes de referência nacional e regional, bem como os resultados desportivos nas competições em que participamos, mostra que foram criadas as condições para o desenvolvimento individual e colectivo dos jogadores.

### **5.1. Formas de Avaliação da População-Alvo**

A avaliação da população centrou-se em cinco momentos através dos seguintes meios:

**Treino** – Acompanhamento presencial do treino e consequente análise e discussão partilhada no final do mesmo com o treinador, tendo como suporte documental o Mesociclo anteriormente entregue. Este documento era arquivado no dossier técnico.

**Competição** – Observação da competição e ou actividade e discussão com o treinador.

**Planeamento Anual e Mesociclo** – Entrega e análise do Planeamento Anual e Mesociclo, entregue pelos treinadores e registo de aspectos técnicos-pedagógicos, com o arquivamento no dossier técnico.

**Avaliação Intermédia** – Elaboração do Relatório Intermédio de actividade. Registo realizado no período de férias escolares de Natal. Relatório Intercalar de Actividades, em anexo.

**Época Desportiva** – Elaboração do Relatório final da actividade. Registo realizado no final da época desportiva. Relatório Final de Actividades, em anexo.

## 6. Conclusões

Este estágio teve como principal objectivo colocar em prática todos os meus conhecimentos técnico-pedagógicos, numa escola de referência regional no que diz respeito à formação de jovens atletas em futebol, integrado num projecto nacional e internacional de um clube de grande reconhecimento na área da formação de jovens.

Como já anteriormente referido no presente relatório já me encontrava em funções neste projecto há cinco épocas, tendo estado em duas escolas diferentes, com contextos sociais e desportivos distintos.

A Escola Academia Sporting de Alfena, foi antes desta crise económica e financeira, uma EAS com um grande número de alunos, todavia actualmente esse número estava reduzido para metade, aspecto que tornou ainda mais desafiante o meu papel.

Em forma de balanço desta época desportiva penso que a mesma foi bastante positiva, pois os resultados desportivos das diferentes equipas em competição, foram muito bons, de tal forma e como bem sendo habito nesta academia os nossos jogadores despertam muito interesse nos clubes da região.

Comparando aquilo que foi projectado para o estágio que agora finaliza, penso que o mesmo foi concretizado na sua totalidade, sendo determinante o facto de existirem linhas orientadoras do “clube mãe”, as quais acabam por direccionar e até mesmo condicionar aquela que é a nossa intervenção técnico-pedagógica.



Com base no referido anteriormente e atendendo à experiência do grupo de treinadores, que estiveram envolvidos neste processo, nunca tive necessidade de intervir junto de algum dos técnicos por este estar aplicar um exercício de treino completamente descontextualizado, por relação incorrecta com alunos ou pais, por comportamento antidesportivo, ou outra qualquer situação.

Claramente, e com base na boa qualidade, de forma geral, dos técnicos, o meu papel durante a época foi de alertar e ajustar “pequenos” pormenores dos técnicos, tendo em conta as linhas orientadoras definidas pela CT SCP EAS.

Durante a época desportiva claramente que aumentei a minha competência profissional, resultado do contacto diário com os treinadores, alunos e restantes intervenientes no processo de formação dos jovens.

A necessidade diária de constante observação, análise, adaptação, de toda a envolvência da academia, obrigou-me a ser mais capaz, mais critico, mais assertivo, competências importantes e essenciais na minha vida futura enquanto treinador de futebol.

O trabalho com jovens é regra geral muito gratificante e no meu caso, não é excepção, pois é fantástico poder potenciar as qualidades e capacidades dos jovens e perceber a sua evolução e sua alegria contagiante no alcance do sucesso desportivo individual e colectivo.

Como aspectos menos positivos, posso afirmar que as tarefas administrativas ocupam demasiado tempo, ou seja passei algumas horas na academia tratando e tentando melhorar a sua organização estrutural, tempo esse que poderia ter sido despendido com os técnicos e alunos, contudo tal facto nunca colocou em causa aquelas que eram as minhas funções como coordenador técnico. Todavia penso que este é um ponto que deve ser tema de reflexão para futuro.

Relativamente à CT SCP EAS, penso que deveriam estar mais próximos das EAS e no caso dos coordenadores técnicos e dos treinadores, proporcionando mais formação técnica e estágios junto das equipas de competição dos escalões de formação do “clube mãe”.

Claramente penso que a grande “falha”, se assim posso dizer é de facto no âmbito do processo de formação dos treinadores das EAS. O Processo de formação deveria ser permanente pois tal é determinante para o sucesso da formação dos jovens jogadores e até mesmo para o sucesso futuro do próprio projecto.

Por impedimento normativo, não podem ser exibidos qualquer documento técnico ou administrativo em uso no projecto. A documentação constantes do presente relatório é exibida sem qualquer conteúdo técnico-pedagógico ou referências institucionais, apenas pretendendo mostrar a tipologia da documentação utilizada.

## 7. Referências Bibliográficas

- **ALVES, J. (1995).** *Como é que o treinador concebe a observação de uma equipa – Conceptualização.* Monografia apresentada na F.C.D.E.F.-U.P.
- **ARAÚJO, J. (1994).** *Scouting e seus reflexos na preparação e direcção de equipas; Modelo de jogo e Investigação, documento não publicado, apresentado na Mesa Redonda F.C.D.E.F.-U.P.*
- **CASTELO, J. (1994).** *Futebol – Modelo Técnico Tático de jogo.* FMH-UTL. Lisboa.
- **CASTELO, J. (2006).** *Futebol – conceptualização e organização prática de 1100 exercícios específicos de treino.* Edição Visão e Contextos. Lisboa.
- **CARVALHAL, C. (2002).** *No treino de futebol de rendimento superior – A recuperação é...muitíssimo mais que “recuperar”.* Edição Visão e Contextos. Braga
- **COSTA, J. (2005).** *A Formação do Treinador de Futebol. Análise de Competências, Modelos Necessidades de Formação (Tese de Mestrado).* Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.
- **CURADO, J. (1982).** *Planeamento do treino e preparação do treinador.* Lisboa: Caminho.
- **GARGANTA, J. (1998).** *Analisar o jogo nos jogos desportivos colectivos.* Horizonte, XVI (90), 7-14.
- **GARGANTA, J. (2001).** *A análise da performance nos jogos desportivos colectivos. Revisão acerca da análise do jogo.* Revista portuguesa de Ciências do desporto, 1(1), 57-65.
- **Coordenação Técnica, Sporting Clube de Portugal, Escolas Academia Sporting (2011-2012).** Manual Técnico Escolas Academia Sporting.
- **PEREIRA, L. (2006).** *Modelação do jogo de futebol. Comparação das percepções dos treinadores: Modelo de jogo ideal versus modelo de jogo real.* Dissertação de

*Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.*

- **PESEIRO, J., SANTOS, A., COSTA, J. (2001).** *Documento de apoio ao curso de licenciatura em treino desportivo na Escola Superior de Desporto de Rio Maior.*
- **SILVA, M. (2008).** *O desenvolvimento do jogar, segundo a periodização táctica.* Edição McSports. Pontevedra.

## **8. Anexos**